

**UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ
DIRETORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
ESPECIALIZAÇÃO EM ENSINO DE CIÊNCIAS**

JULIANA BARRETO MAXIMIANO DA CRUZ

**A INFLUÊNCIA DAS DISCIPLINAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS NO
DESENVOLVIMENTO DA PERCEPÇÃO DOS ALUNOS EM RELAÇÃO À
QUALIDADE DE VIDA**

MEDIANEIRA

2013

JULIANA BARRETO MAXIMIANO DA CRUZ

**A INFLUÊNCIA DAS DISCIPLINAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E
CIÊNCIAS NO DESENVOLVIMENTO DA PERCEPÇÃO DOS ALUNOS
EM RELAÇÃO À QUALIDADE DE VIDA**

Monografia apresentada como requisito parcial
para conclusão do Curso de Especialização
Ensino de Ciências, modalidade à distância, da
Universidade Tecnológica Federal do Paraná -
Câmpus Medianeira.

Orientadora: Prof^a.Me. Graciela Leila Heep Viera

MEDIANEIRA
2013



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Campus Medianeira

Coordenador Adelmo Lowe Pletsch
Especialização em Ensino de Ciências



TERMO DE APROVAÇÃO

A INFLUÊNCIA DAS DISCIPLINAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS NO DESENVOLVIMENTO DA PERCEPÇÃO DOS ALUNOS EM RELAÇÃO À QUALIDADE DE VIDA

por

JULIANA BARRETO MAXIMIANO DA CRUZ

Esta monografia foi apresentada em 9 de março de 2013 como requisito parcial para a obtenção do título de Especialista em Ensino de Ciências. A candidata foi arguida pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho aprovado.

Me. Graciela Leila Heep Viera
Prof.(a) Orientador(a)

Me. Edward Kavanagh
Membro titular

Dr. Adelmo Lowe Pletsch
Membro titular

- O Termo de Aprovação assinado encontra-se na Coordenação do Curso -

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradeço a Deus por tudo que ele tem me proporcionado e em segundo lugar, mas não menos importante, agradeço ao meu esposo, meus filhos, meus pais, enfim, por toda minha família, que sempre esteve ao meu lado me incentivando, se dedicando e principalmente me dando muito amor.

Também agradeço a todos os professores que, no decorrer da minha vida acadêmica, sempre estiveram ao meu lado, me guiando, me aconselhando e me mostrando como ser uma profissional melhor.

Por fim, agradeço ao programa de especialização da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, ao coordenador do curso e a toda equipe de apoio que, durante esses meses, me ajudaram a conquistar mais essa vitória.

RESUMO

CRUZ, Juliana B. M. **A influência das disciplinas de Educação Física e Ciências no desenvolvimento da percepção dos alunos em relação à qualidade de vida.** 2012. 35 folhas. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Medianeira, 2013.

A interdisciplinaridade é a interação entre duas ou mais disciplinas, que implica em uma constante troca de informações e conhecimentos. Neste trabalho buscou-se verificar a percepção dos alunos do 8º ano do Ensino Fundamental de uma escola pública estadual em relação às aulas de educação física e ciências, como importante fonte de informação, referenciando-se a isso o desenvolvimento de uma vida com qualidade. Este trabalho foi dividido em uma parte teórica, realizada pela disciplina de Ciências, onde os alunos tiveram acesso a informações sobre atividade física, a importância de manter hábitos saudáveis para se alcançar uma vida mais saudável, sedentarismo, composição química dos alimentos e tabela nutricional. Na parte prática, realizada pela disciplina de Educação Física, os alunos participaram de atividades recreativas e desportivas e passaram por uma pesagem e verificação de altura para a realização do cálculo do índice de massa corporal. Na pesquisa de campo realizada, observou-se que grande parte dos alunos está com o peso dentro da normalidade, praticam atividade física regularmente e se alimentam de forma saudável. Entretanto, também observou-se que esses alunos não conseguem ver a ligação existente entre as disciplinas e educação física e ciências, mesmo sabendo que ambas tratam basicamente dos mesmos assuntos, quando falado do corpo humano.

Palavras-chaves: Interdisciplinaridade, Atividade Física e Qualidade de Vida.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 -	Pirâmide alimentar.....	11
Figura 2 -	Cálculo Geral IMC.....	16
Figura 3 -	Cálculo IMC Meninos.....	16
Figura 4 -	Cálculo IMC Meninas.....	16
Figura 5 -	Alunos com dispensa das aulas de educação física.....	17
Figura 6 -	Participam das aulas de educação física.....	17
Figura 7 -	Grau de importância das aulas de educação física.....	18
Figura 8 -	Percepção dos alunos em relação aos benefícios das aulas de educação física.....	19
Figura 9 -	Os conteúdos atendem às expectativas dos alunos.....	19
Figura 10 -	Os alunos seguem o planejamento dos professores.....	20
Figura 11 -	Fora do ambiente escolar praticam atividade física.....	21
Figura 12 -	Percepção dos alunos em relação à alimentação balanceada.....	21
Figura 13 -	Percepção dos alunos em relação aos conteúdos abordados.....	22
Figura 14 -	Percepção dos alunos em relação à interdisciplinaridade.....	23

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	7
2.1 QUALIDADE DE VIDA.....	7
2.2 ATIVIDADE FÍSICA.....	8
2.3 COMPOSIÇÃO DOS ALIMENTOS.....	9
2.4 TABELA NUTRICIONAL.....	11
2.5 EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS.....	12
2.6 INTERDISCIPLINARIDADE.....	13
3 METODOLOGIA.....	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	16
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	25
REFERENCIAS	27
APENDICES.....	29
ANEXOS.....	30

1 INTRODUÇÃO

Devido à grande preocupação com a saúde, com o corpo e com a mente, atualmente a qualidade de vida se tornou um assunto muito debatido entre jovens, adultos e idosos e também passou a ser um objetivo a ser alcançado. Acredita-se que para alcançar essa tão sonhada qualidade, é necessária a prática de atividades físicas, uma alimentação saudável, boas noites de sono, momentos de lazer, etc, ou seja, é necessário um conjunto de atitudes e/ou mudanças de atitude para alcançá-la.

O interesse por esse assunto surgiu por meio de observações realizadas durante as aulas de educação física e de ciências, nas turmas de 8º ano de escolas públicas, onde os alunos constantemente buscavam informações sobre como emagrecer, como ser saudável, se o peso corporal estava adequado, como manter a forma “estética” do corpo, entre outras. Ou seja, os professores, também possuem um importante papel na vida dos alunos, quando trata-se da aquisição de uma vida mais saudável, uma vez que cabe aos professores informar, orientar e até mesmo incentivar os alunos para essas práticas.

Acredita-se que, quanto antes se inicia essa busca, melhor será o resultado obtido, e esse processo deve ter início na fase escolar, fase esta onde o objetivo deve ser o de despertar nas crianças e nos adolescentes o interesse pelos alimentos e práticas diárias saudáveis.

O objetivo deste estudo foi o de verificar se as disciplinas de Educação Física e Ciências influenciam os alunos nos seus hábitos diários, medir o índice de massa corporal dos alunos, bem como informá-los sobre o índice de massa corporal, composição dos alimentos e a importância da prática de atividade física, referenciando-se a isso o desenvolvimento de uma vida com qualidade.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 QUALIDADE DE VIDA

Atualmente muito se tem falado de qualidade de vida, onde debate-se como alcançá-la e como manter essa qualidade, que também pode ser entendida como uma vida saudável.

Existem várias definições para esse termo, entretanto, Cavallari (2003) cita:

“Com o desenvolvimento da tecnologia e do progresso, surge também o stress da vida moderna e as pessoas vêm cada vez mais buscando o bem-estar físico, mental, social e cultural, sinônimo de qualidade de vida.”

Outro conceito importante é o de Nahas (1989) sobre saúde positiva, que esta associada à capacidade de desfrutar da vida com energia, mantendo um bom peso corporal, uma alimentação de qualidade, capacidade de relaxar e um bom condicionamento físico, estando também associada ao conceito de saúde positiva a ausência de doenças.

Analisando as definições de Cavallari e Nahas, percebe-se que a qualidade de vida esta associada com estar bem fisicamente, mentalmente, socialmente, enfim, é todo um conjunto de situações que levam a conquista de uma vida com qualidade.

De forma equivocada, muitas pessoas associam uma vida saudável à posição social e ao poder aquisitivo, entretanto, para se comer de forma adequada, para praticar atividade física, para ter momentos de lazer, o dinheiro torna-se desnecessário.

2.2 ATIVIDADE FÍSICA

Quando trata-se de atividade física, é necessário fazer referência à história da humanidade, seja ela na era pré-histórica, na antiguidade e até mesmo na era contemporânea, onde o homem precisava caçar e lutar para sobreviver, dançar para se expressar ou até mesmo conquistar uma mulher, ou seja, o homem se movimentava de diversas formas para sobreviver.

Caspersen et al (apud Nogueira & Palma, 2003) define atividade física como qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos, que resulta em gasto energético maior do que os níveis de repouso.

Estudos indicam que a realização de atividade física ocasiona muitos benefícios, como a melhora do sistema cardiovascular, respiratório, muscular, entre outros. Para que o corpo humano esteja bem, Matsudo (1998) cita que apenas 30 minutos de atividade física diária poderiam representar uma grande melhoria na saúde.

Outro ponto bastante comentado quando se trata de atividade física é em relação ao índice de massa corporal, também conhecido como IMC, que de forma simplificada, segundo Guedes (2006), pode ser entendido como um indicador da composição corporal de uma pessoa. O cálculo do IMC é realizado da seguinte forma: o peso corporal é dividido pela altura ao quadrado. O resultado dessa operação representa o IMC da pessoa, que é analisado em uma tabela específica, que indica se a pessoa está abaixo do peso, com o peso normal, acima do peso (sobrepeso) ou se a pessoa está obesa.

Conforme Guedes (2006), mesmo que o IMC represente uma associação precária em relação à quantidade de gordura corporal de uma pessoa, “o profissional de educação física poderá utilizar o valor do IMC como indicador de composição corporal”.

2.3 COMPOSIÇÃO DOS ALIMENTOS

Diariamente, durante as refeições, comemos uma variedade de alimentos que são importantes para a nossa sobrevivência. Segundo Bontempo (2005), “o ser humano nada cria ou destrói, as transformações constantes que seu corpo experimenta obedecem às leis da transformação química e energética”.

Os alimentos possuem diferentes composições (carboidratos, proteínas, lipídios, vitaminas e sais minerais) e conhecer essas composições nos ajuda a escolher o que devemos comer durante o dia, transformando nossas alimentações diárias em alimentações equilibradas, para assim conservar a saúde.

Segundo Cruz (2006), os carboidratos são a principal fonte de energia para o nosso organismo e estão presentes em vários alimentos, como frutas, leite, raízes e cereais. Os carboidratos podem ser divididos de três formas, de acordo com sua estrutura química: Monossacarídeos, que são carboidratos simples, formado por uma molécula pequena; Dissacarídeos, que são carboidratos complexos, formado por duas moléculas de carboidratos e Polissacarídeos são carboidratos mais complexos ainda, formados por várias moléculas de carboidratos.

Os carboidratos monossacarídeos, conforme Cruz (2006) se dividem em glicose, que é utilizada pelas células para gerar energia, energia essa necessária para o funcionamento do organismo e frutose, que são os açúcares encontrados nas frutas. Os carboidratos dissacarídeos se dividem em sacarose, conhecido como açúcar comum e lactose, presente no leite e seus derivados. Os polissacarídeos se dividem em amido, que é encontrado na batata, milho, trigo e algumas raízes e hortaliças, sendo utilizado como reserva energética; celulose, que é encontrada nos vegetais, formando as fibras e glicogênio, que é encontrado principalmente no fígado e nos músculos, sendo utilizado também como reserva energética. No organismo humano, a celulosa não é digerida, entretanto, ela facilita muito o funcionamento do intestino.

Conforme Cruz (2006), as proteínas são a matéria básica na formação das células, fazendo parte da composição dos músculos, cabelo, unha, tecidos, etc. As proteínas são substâncias químicas que possuem funções muito diversificadas no corpo humano. Como exemplos citam-se que elas facilitam as transformações

químicas, transportam gás oxigênio no sangue, combatem infecções e ajudam na contração muscular.

As proteínas, segundo Cruz (2006), são encontradas nos alimentos de origem animal, como ovos e carne (bovina e aves), leite e seus derivados, alguns vegetais, como feijão, lentilha e ervilha e nos peixes. As proteínas também podem atuar como fonte de energia em casos extremos, ou seja, na falta de carboidratos e gordura.

Para Alvarenga (2008), os lipídios são substâncias pouco solúveis em água e constituem no organismo humano uma reserva energética, que é utilizada na falta de carboidratos. Os lipídios, também conhecidos como gordura, podem ser de origem animal, encontrada nos ovos, carne, leite e derivados ou vegetal, encontradas nos óleos, amendoim, nozes, etc. O corpo armazena os lipídios em células especiais, formando o tecido adiposo, que auxilia na manutenção da temperatura corporal.

Ainda conforme as definições de Cruz (2006), as vitaminas são substâncias essenciais para o funcionamento do organismo humano, mesmo consumidas em pequenas quantidades. Elas são encontradas em diferentes tipos de alimentos, como queijo, leite, frutas, folhas verdes, óleos, etc.

Conforme Alvarenga (2008), as principais vitaminas que devem ser consumidas são: A, que são encontradas nos ovos e vegetais amarelos, favorece o crescimento, protege a pele, aumenta a nossa resistência às infecções e participam da formação de substâncias necessárias para o funcionamento dos olhos, pulmões, boca, orelhas e nariz; B1, encontrada nos grãos, protege o coração e o sistema nervoso; B12, encontrada em peixes, leites e derivados, participa da formação dos glóbulos vermelhos; C, encontrada em carnes, raízes, verduras e frutas cítricas, aumentam a resistência do organismo contra infecções, protege os dentes, reduz o colesterol, combate doenças cardiovasculares e acelera o processo de cicatrização; D, encontrada em carnes, ovos, peixe, leite e derivados e K, encontrada nas verduras, frutas, leite e derivados e que regula a coagulação sanguínea, prevenindo hemorragias.

Cruz (2006) define sais minerais como substâncias químicas importantes na composição do nosso organismo, encontrados em verduras, frutas, legumes, leite e derivados, carne e água potável. Ainda segundo Cruz (2006), os sais minerais mais importantes são: magnésio, que atua no sistema nervoso e na contração de alguns

músculos; cálcio, que participa da formação dos ossos e dentes, no bom funcionamento dos músculos e regula a coagulação sanguínea; fósforo, que também atua na formação dos ossos; ferro, que participa da formação das células vermelhas do sangue e iodo, que garante o bom funcionamento da tireóide.

2.4 TABELA NUTRICIONAL

A tabela nutricional, também conhecida como pirâmide alimentar, é um guia que demonstra como combinar alimentos a fim de se obter uma dieta saudável ou até mesmo equilibrada. Conforme Gonsalves (2008), “é importante adequar os diversos grupos de alimentos durante o dia e observar as atividades cotidianas e os estilos de vida”.

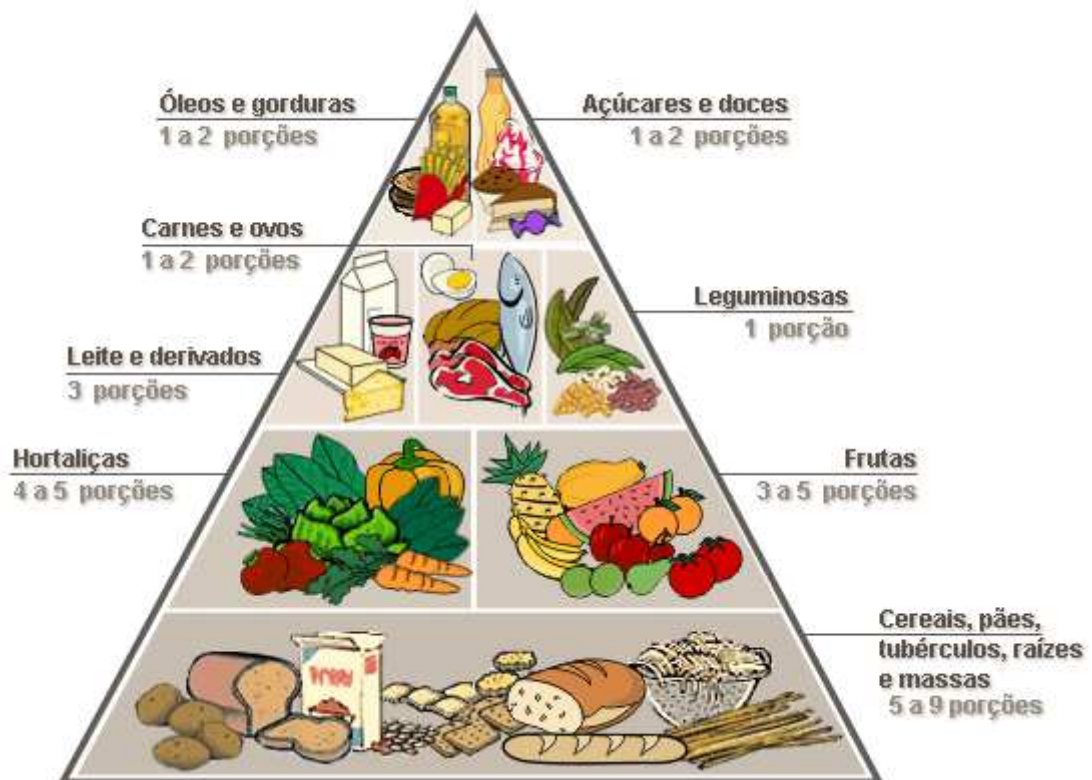


Figura 1 – Pirâmide alimentar

A pirâmide alimentar é dividida em seis grupos, sendo que na sua base estão os alimentos ricos em carboidratos, que são a maior fonte de energia para o organismo humano. Segundo Naqueva (2012), esses alimentos da base da pirâmide

alimentar devem fazer parte de todas as refeições realizadas, ou seja, são alimentos que podem ser consumidos em até oito porções diárias.

Seguido da base da pirâmide alimentar, temos as hortaliças e as frutas, que podem ser consumidas de três a cinco porções diárias. Após as hortaliças e as frutas, encontramos os leites e seus derivados, as proteínas e as leguminosas, que devem se apresentar em uma alimentação diária de uma a três porções. No topo da pirâmide, vamos encontrar os açúcares, os óleos e as gorduras, que devem ser consumidos de forma muito moderada, ou seja, de uma a duas porções diárias.

2.5 EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS

O caderno que trata da educação física nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), cita que “o trabalho de Educação Física nas séries finais do ensino fundamental é muito importante na medida em que possibilita aos alunos uma ampliação da visão sobre a cultura corporal de movimento”, ou seja, todos os conceitos até o momento assimilados pelos alunos em relação ao movimento corporal e saúde, devem ser ampliados e melhorados.

Acreditando que o movimento corporal traz benefícios fisiológicos e psicológicos, o objetivo da educação física escolar é fazer com que os alunos possam aprender a participar de atividades corporais, conhecendo e respeitando o seu corpo e o dos colegas, integrando-se em grupos e ambientes diferentes, interferindo no ambiente de forma autônoma e responsável, buscando sempre condições dignas de vida e sabendo que as atividades corporais são necessidades básicas e de direito do ser humano.

Quanto ao ensino de ciências das séries finais do Ensino Fundamental, também do PCN, temos que o aluno deve perceber a vida humana, o seu corpo como um todo, todo esse que interage com o meio onde ele está inserido. Ou seja, dentre outros objetivos, a ciência deve “contribuir para a percepção da integridade pessoal e para a formação da auto-estima, da postura de respeito ao próprio corpo e ao dos outros, para o entendimento da saúde como um valor pessoal e social”.

O caderno dos PCN's que trata da saúde, muitos dos itens abordados estão diretamente ligados aos itens da disciplina de Educação Física e de Ciências, o que se faz entender que estes dois temas estão diretamente ligados e devem trabalhar juntos. Além disso, e acima de tudo, essas disciplinas devem desenvolver no aluno uma postura de reflexão sobre as informações que lhe são passadas, para que assim ele possa construir seus conhecimentos e suas ações.

2.6 INTERDISCIPLINARIDADE

Atualmente, muito se tem falado sobre a interdisciplinaridade, entretanto, poucos trabalham de forma efetiva com ela.

Conforme a LDB 9394/96, a educação tem como objetivo desenvolver plenamente o aluno, bem como prepará-lo para o exercício da cidadania como para a qualificação profissional. Quando falamos em interdisciplinaridade, mesmo sendo um conceito novo, muitas são as suas definições, entretanto, conforme citado acima, a LDB de 96 já a conceitua, ou seja, para a LDB ao mesmo tempo que se objetiva desenvolver plenamente o aluno na questão da construção do seu conhecimento, já se objetiva prepará-lo para a vida em sociedade e para o mercado de trabalho.

Segundo Carlos (2010), acredita-se que a interdisciplinaridade surgiu com o intuito de superar as arestas existentes entre uma disciplina e outra, ou seja, mesmo que com suas particularidades, as disciplinas devem realizar ligações entre si, a fim de desenvolver plenamente o aluno.

3 METODOLOGIA

No início do mês de agosto do ano de 2012, os alunos do 8º ano, nas aulas de Ciências e de Educação Física passaram a receber informações e conceitos sobre conteúdos dessas disciplinas que podem ser trabalhados em conjunto, ou seja, foi falado sobre atividade física, a importância de manter hábitos saudáveis para se alcançar uma vida mais saudável, sedentarismo, composição dos alimentos (carboidratos, lipídios, proteínas e vitaminas) e tabela nutricional. Os professores dessas disciplinas não mencionaram, em nenhum momento, que estavam trabalhando juntos, pois esperava-se que ao final dos trabalhos, os alunos por si só observassem a ligação entre as disciplinas e conteúdos trabalhados. Os encontros com os alunos aconteceram da seguinte forma:

No decorrer do referido mês, aconteceram cinco encontros de ciências (um por semana) com duração de 50 minutos cada. A cada encontro era tratado um assunto, que seguiram a ordem citada acima, entretanto, não foi entregue nenhum material impresso aos alunos. Ao invés disso, as aulas aconteceram através de apresentação de slides, discussão acerca dos temas abordados e estudos de caso. Na aula destinada para a tabela nutricional, cada aluno trouxe para a escola as embalagens dos alimentos que mais consumia e a partir disso tiveram a oportunidade de analisar a quantidade de carboidratos, lipídios, proteínas e vitaminas que consumia diariamente e assim ter consciência da forma saudável, ou não, com que se alimentavam.

Também no decorrer do mês de agosto, aconteceram as aulas chamadas de Educação Física na quadra poliesportiva do colégio, onde foram realizadas diversas atividades recreativas e desportivas com os alunos, enfatizando sempre a relação entre os temas trabalhados em sala e a sua prática em quadra. Foram realizadas 10 aulas de educação física (duas por semana) com duração de 50 minutos cada. Ainda neste mesmo mês, os alunos passaram por uma pesagem e verificação da sua altura, com o objetivo de obter o índice de massa corporal de cada um. Cada aluno teve a oportunidade de calcular o seu IMC através da fórmula que foi passada a eles e verificar se o seu índice estava dentro da normalidade. Os valores do IMC

foram analisados conforme tabela de IMC específica para adolescentes, tabela essa que segue nos anexos do presente estudo.

Na primeira semana do mês de setembro, foi realizada uma pesquisa de campo com os alunos do 8º ano do Ensino Fundamental do Colégio Estadual Professor Guido Arzua, situado na cidade de Curitiba – PR, que participaram das aulas teóricas e práticas citadas, a fim de coletar dados sobre a percepção dos alunos em relação às disciplinas de Educação Física e Ciências como fonte de informação, referenciando-se o desenvolvimento de uma vida com maior qualidade. Essa pesquisa, individual e anônima, aconteceu antes do início da aula prática e era formada por um questionário com 10 perguntas abertas e fechadas sobre as disciplinas acima citadas, questionário esse que se encontra nos anexos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 111 alunos, sendo que destes, 54 eram do sexo masculino e 57 eram do sexo feminino, com idades entre 12 e 17 anos. A primeira parte da pesquisa referia-se à medição do IMC dos alunos, onde se obteve os seguintes resultados: conforme figura 2, 3 e 4, dos 111 alunos, 27 alunos estão com sobrepeso ou obesidade, 48 alunos estão com o seu peso dentro da normalidade e 36 alunos estão abaixo do peso. Ressalta-se que, grande parte dos alunos – 71 – estão na faixa etária dos 12 e 13 anos, fase esta chamada de estirão, que caracteriza-se por se ter uma altura superior ao peso.

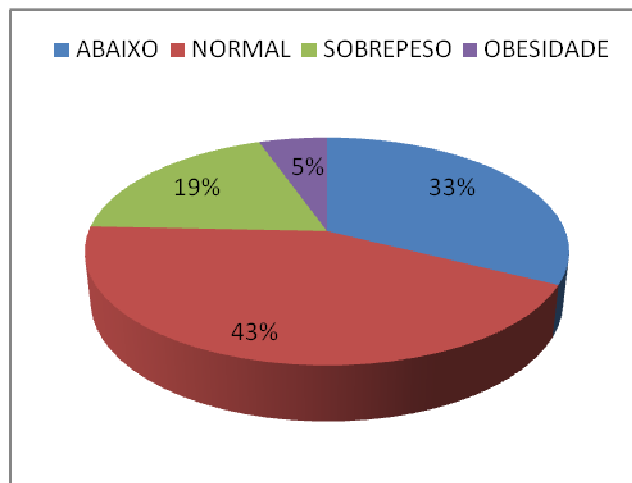


Figura 2 – Cálculo Geral IMC

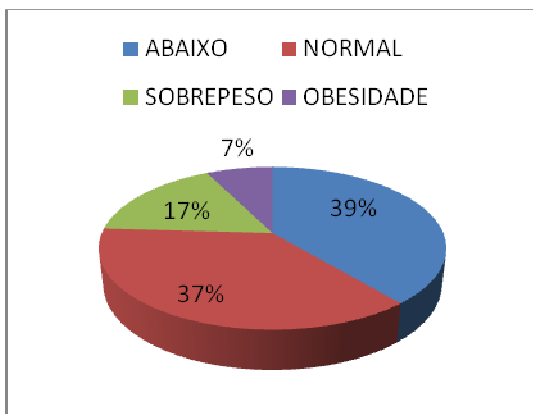


Figura 3 – Cálculo IMC Meninos

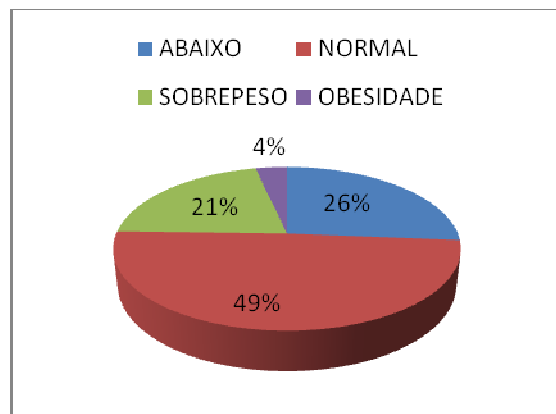


Figura 4 – Cálculo IMC Meninas

Na questão nº 1, perguntou-se se o aluno tinha solicitado dispensa das aulas de educação física, onde se obteve o seguinte resultado: dos 111 alunos, nenhum possui dispensa, por motivo médico ou até mesmo por outro motivo, das aulas de educação física, conforme demonstra figura 5.

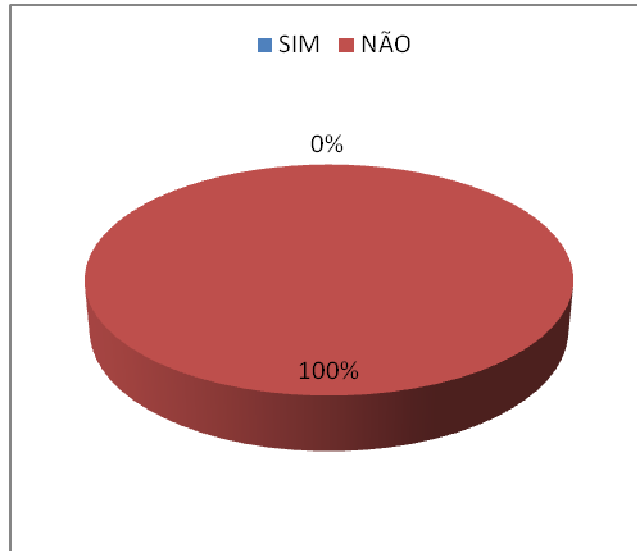


Figura 5 – Alunos com dispensa das aulas de educação física

Na questão nº 2, perguntou-se com que frequência os alunos participavam das aulas e observou-se que, conforme figura 6, 87 alunos realizavam todas as aulas, 22 alunos participavam esporadicamente e 2 alunos nunca realizam as aulas. Vale ressaltar que esses dois alunos que responderam que nunca participam, não possuem dispensa das aulas.

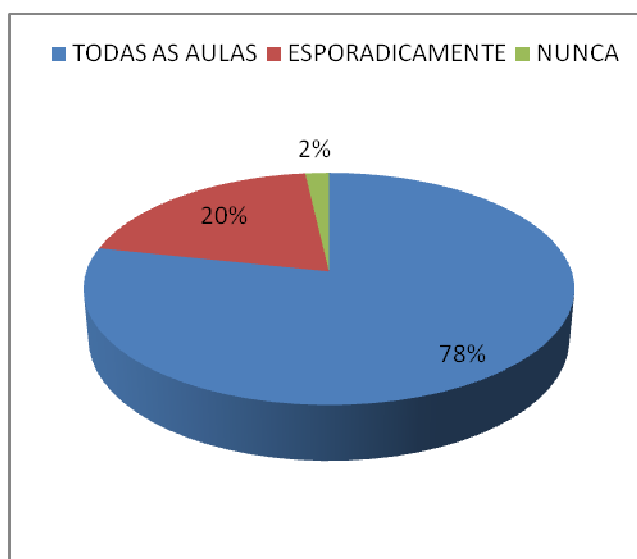


Figura 6 – Participação nas aulas de educação física

Na questão nº 3, perguntou-se se os alunos acreditavam na importância das aulas de educação física e obteve-se o seguinte resultado: 105 alunos acreditam sim na importância das aulas e 6 alunos indicaram não acreditar que as aulas sejam importantes, conforme demonstra figura 7.

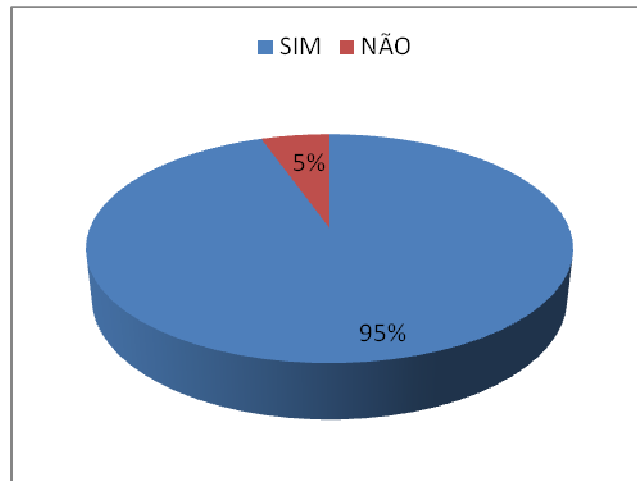


Figura 7 – Grau de importância das aulas de educação física

Relacionando as figuras 5, 6 e 7, observou-se que mesmo tendo a consciência da importância das aulas de Educação Física e os benefícios que estas o trazem, somente 78% alunos participam efetivamente de todas as aulas.

Na questão nº 4, perguntou-se se a participação nas aulas de Educação Física trariam benefícios para os alunos e obtivemos a seguinte resposta: conforme figura 8, 25 alunos disseram que as aulas não trariam benefícios para si e 86 alunos além de acreditar nos benefícios de sua participação nas aulas, destacaram os seguintes benefícios: melhora na saúde, condicionamento físico, qualidade de vida, disposição e desempenho nos esportes.

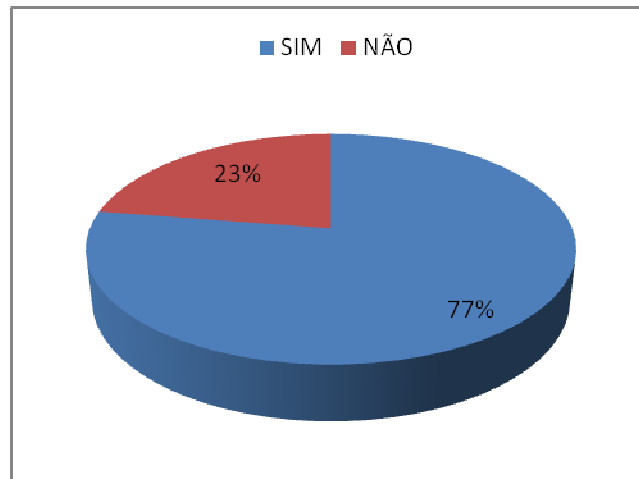


Figura 8 – Percepção dos alunos em relação aos benefícios das aulas de educação física

Na questão nº 5, perguntou-se se os conteúdos abordados e trabalhados nas aulas atendiam às expectativas dos alunos e observou-se que 84 alunos estavam sim satisfeitos com os conteúdos abordados, mas 27 alunos disseram não estar satisfeitos com esses conteúdos, conforme figura 9.

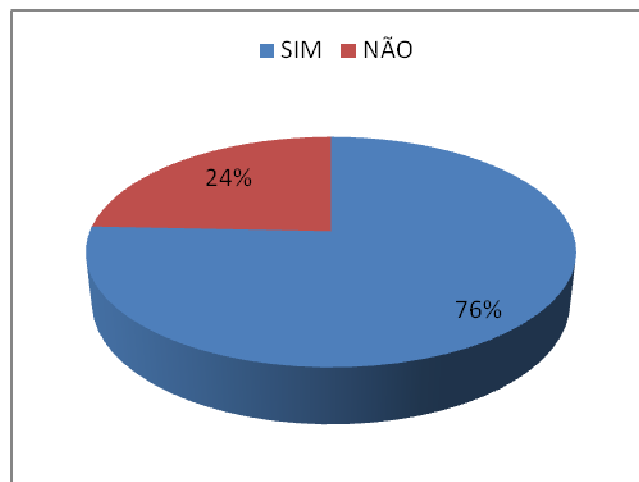


Figura 9 – Os conteúdos atendem às expectativas dos alunos

Na questão nº 6, perguntou-se se os alunos escolhiam as atividades a serem realizadas durante as aulas ou se eles seguiam o planejamento feito pelo professor, questão na qual obteve-se o seguinte resultado: 5 alunos escolhem o que fazer durante as aulas e 106 alunos seguem o planejamento do professor, conforme demonstra figura 10.

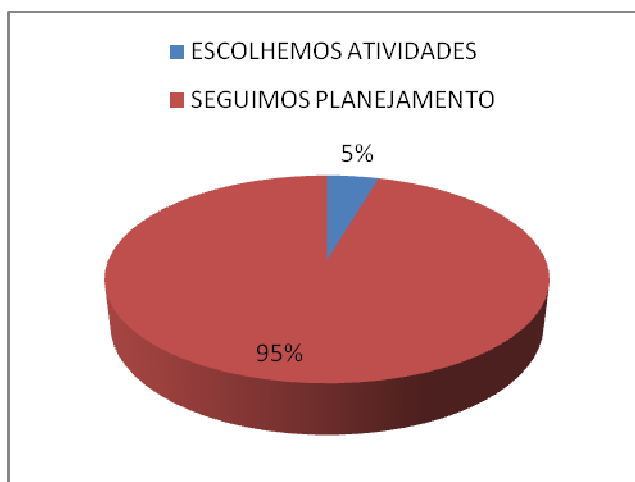


Figura 10 – Os alunos seguem o planejamento do professor

Relacionando as figuras 8 e 9, observa-se números muito próximos – 77% e 76% respectivamente, para alunos que além de acreditar nos benefícios trazidos pela atividade física, sentem-se satisfeitos com os conteúdos abordados em aulas. Também observa-se que, conforme figura 10, mesmo aqueles que não acreditam nos benefícios e que não tem suas expectativas atingidas, permanecem praticando as aulas e seguem o planejamento do professor durante as aulas. Por meio dos dados mencionados acima, conclui-se que o objetivo de conscientizar os alunos da importância das aulas de Educação Física estão sendo atingidos e que os conteúdos abordados estão sanando suas dúvidas e enriquecendo o seu conhecimento.

Na questão nº 7, perguntou-se se fora do ambiente escolar os alunos praticam alguma atividade física, onde obteve-se que 75 alunos praticam atividade física e destes 38 disseram que a realizada duas vezes por semana, 22 esporadicamente e 15 alunos praticam uma vez por semana, conforme figura 11. Ou seja, observou-se que 68% dos alunos estão praticando regularmente atividade física. Dentro dos que responderam que não praticam atividade física fora do ambiente escolar tem-se 36 alunos, que se justificaram dizendo que não gostam e/ou não possuem tempo para fazer exercícios físicos.

Quanto aos alunos que disseram que praticam atividade física fora do ambiente escolar, falaram que a fazem por gosto, porque sabem que precisam ter qualidade de vida e muitos buscam as atividades como forma de emagrecimento.

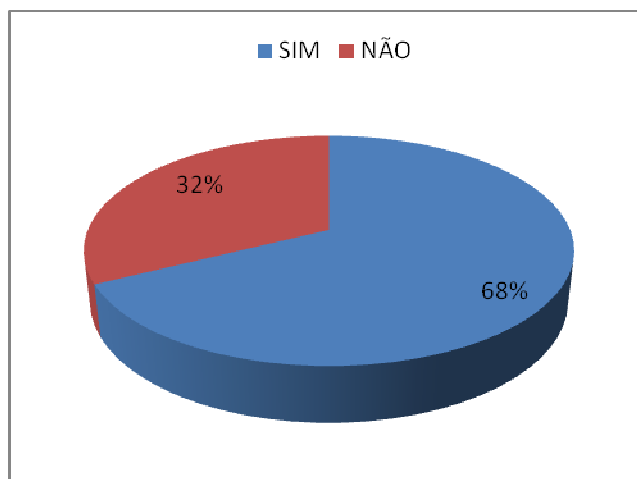


Figura 11 – Fora do ambiente escolar praticam atividade física

Na questão nº 8, perguntou-se se eles acreditavam que uma alimentação balanceada poderia colaborar na aquisição de uma vida com mais qualidade, onde se obteve o resultado de que 107 alunos, ou seja, 96% dos alunos acreditam que ao se alimentarem de forma mais correta e saudável poderia ajudá-los no seu dia-a-dia. Esses valores demonstram que, possivelmente, esses alunos cuidam da sua alimentação, pois quando analisados os dados do IMC desses alunos, observa-se que esses valores estão dentro da faixa de normalidade ou mesmo um pouco abaixo do peso ideal, conforme demonstra figura 12.

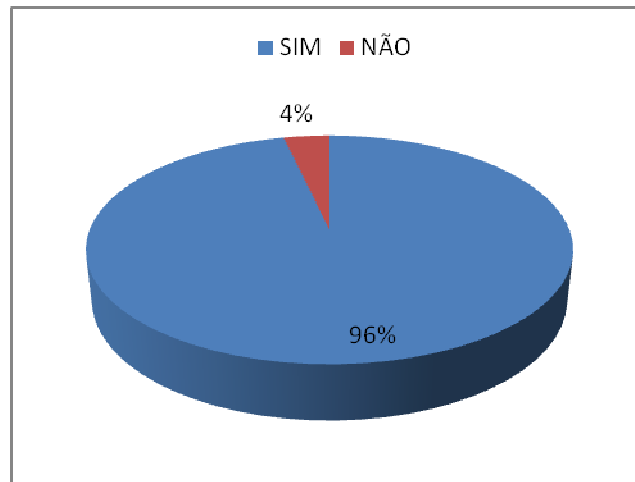


Figura 12 – Percepção dos alunos em relação à alimentação balanceada

Na questão nº 9, conforme figura 13, perguntou-se se os alunos acreditavam que os conhecimentos repassados nas aulas de Educação Física e Ciências serviam para melhorar o seu conhecimento acerca dos assuntos trabalhados e 88 alunos disseram que sim, pois com essas disciplinas eles passavam a conhecer mais sobre seu corpo, seu funcionamento, sua saúde. Entretanto, 26 alunos disseram que os conteúdos trabalhados não os ajudam no seu dia-a-dia.

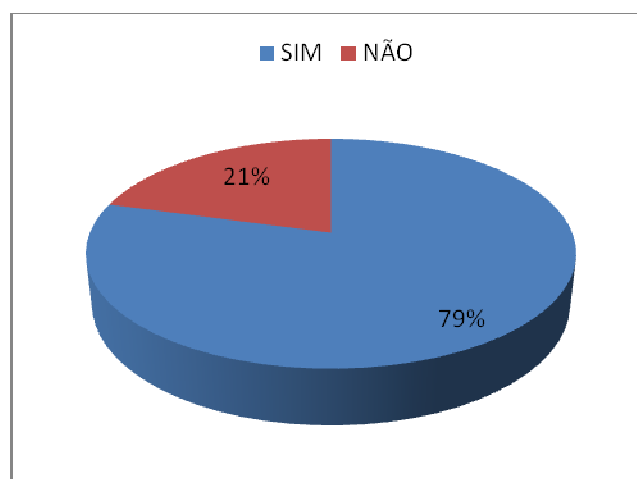


Figura 13 – Percepção dos alunos em relação aos conteúdos abordados

Na questão nº 10, perguntou-se se eles conseguiam perceber a ligação entre a educação física e ciências e obteve-se o seguinte resultado: 48 alunos conseguem

sim ver que uma disciplina esta diretamente ligada com a outra, entretanto, 63 alunos as vêem como disciplinas distintas e não conseguem relacioná-las, conforme demonstra figura 14.

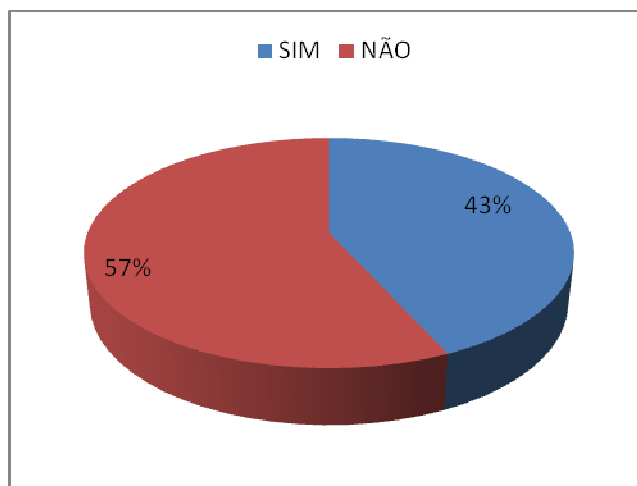


Figura 14 – Percepção dos alunos em relação à interdisciplinaridade

Relacionando as figuras 13 e 14, percebe-se que, mesmo grande parte dos alunos, cerca de 75%, tendo consciência de que a Educação Física e a Ciências tratam dos mesmos assuntos, como corpo humano e saúde, eles vêem essas disciplinas como disciplinas distintas, que não trabalham juntas. É notório que os alunos estão aproveitando as informações repassadas em aula, uma vez que se preocupam em fazer atividade física fora do ambiente escolar e cuidam da sua alimentação, percebe-se que eles estão construindo seu conhecimento acerca do seu corpo, sua saúde e como mantê-los em boas condições. Também é possível perceber que eles possuem consciência de que suas atitudes lhes trazem consequências; consequências essas que podem ser positivas ou negativas para sua vida. Entretanto, quando perguntado sobre a relação entre os conteúdos trabalhados nas disciplinas de Educação Física e Ciências, percebe-se que os alunos não conseguem visualizar a ligação entre essas disciplinas e seus conteúdos, ou seja, eles não conseguem unir Educação Física e Ciências, eles não conseguem fazer a relação entre a teoria e a prática.

Pode-se entender a interdisciplinaridade como a interação entre duas ou mais disciplinas, onde o compartilhamento de conhecimentos e a superação da fragmentação são necessários para a construção do saber. Como cita Fazenda (2008), uma educação que objetiva ser interdisciplinar deve navegar entre dois pólos: a imobilidade total e o caos, ou seja, a constante troca de informações, o construir, destruir e reconstruir conhecimentos e a eliminação de fronteiras é que fazem deste processo um instrumento de resgate do ser humano como ser pensante.

Neste momento questiona-se onde está a falha, na forma dos professores abordarem os conteúdos, conteúdos esses que geralmente são fragmentados, na linguagem ou na metodologia utilizada nas aulas pelos professores, na falta de projetos interdisciplinares que envolvam a escola como um todo, na importância específica que é dada para cada disciplina, entre outras questões. Ou seja, mesmo sabendo da especificidade que cada disciplina possui, ou até mesmo quando falado de Educação Física e Ciências, que são duas disciplinas que tratam basicamente dos mesmos assuntos quando tratam do corpo humano, que esses assuntos se relacionam fazendo uma ponte entre o teórico e o prático, o aluno não consegue perceber a ligação entre elas, tendo a Educação Física e a Ciências como disciplinas distintas.

Segundo Zabala (1998), para a construção de um trabalho pedagógico com qualidade, é necessário que exista por parte do professor um processo constante de reflexão crítica acerca do processo de ensino aprendizagem, pois somente assim é possível planejar e replanejar estratégias para a construção do conhecimento.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Levou-se em consideração o que os PCN de Educação Física e Ciências prevêm, tendo em vista que estes citam que o trabalho deve ser desenvolvido acerca do corpo humano, seu funcionamento como um todo, bem como seus movimentos e sua saúde.

Conforme pesquisa de campo, observou-se que os alunos do 8º ano do Ensino Fundamental, de uma forma geral, estão dentro da faixa de normalidade de peso e altura, usando como base a tabela de Índice de Massa Corporal para adolescentes.

Dos 111 alunos entrevistados, percebeu-se que grande parte dos alunos participam de todas as aulas práticas de educação física e acreditam sim que essa participação é importante e lhes trazem benefícios. Também foi possível verificar que grande parte desses alunos praticam regularmente atividade física fora do ambiente escolar.

Quanto aos conteúdos abordados em aula, eles disseram que são importantes sim para o seu dia-a-dia, pois estes os ajudam na construção dos seus saberes. Quando questionados sobre a importância de se manter uma alimentação balanceada, percebeu-se que eles acreditam que, quando se alimentam de forma saudável, seu corpo também responde de forma satisfatória.

Outro ponto bastante importante da pesquisa foi quando perguntado sobre a interdisciplinaridade das disciplinas de Educação Física e Ciências, onde percebeu-se que os alunos não conseguem perceber a ligação entre os conteúdos trabalhados nestas disciplinas. Mesmo sabendo que ambas tratam do corpo humano e de saúde, eles insistem que cada uma dessas disciplinas deve ser encarada de uma forma.

Atualmente, já é possível perceber que a disciplina de Educação Física é vista sobre uma nova esfera, pois o pré-conceito de que era uma disciplina puramente recreativa acabou, entretanto, não só a educação física e a ciências, mas como todas as disciplinas do currículo escolar, precisam caminhar integradas, tendo como objetivo o desenvolvimento físico, mental e social dos alunos.

Portanto, entende-se que é importante a integração das disciplinas de Educação Física e Ciências em torno de um mesmo trabalho, trabalho esse que, conforme cita os cadernos do PCN precisa “contribuir para a percepção da

integridade pessoal e para a formação da auto-estima, da postura de respeito ao próprio corpo e ao dos outros, para o entendimento da saúde como um valor pessoal e social”.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, Jenner P. **Ciências integradas: 8º ano**. Curitiba: Positivo, 2008.
- BONTEMPO, Alcides. **O que você precisa saber sobre nutrição**. São Paulo: Ground, 2005.
- BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação física**. Brasília: MEC/SEF, 2012.
- BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Ciências Naturais**. Brasília: MEC/SEF, 2012.
- CARLOS, Jairo Gonçalves. **Interdisciplinaridade no Ensino Médio: desafios e potencialidades**. Disponível em: http://vsites.unb.br/ppgec/dissertacoes/proposicoes/proposicao_jairocarlos.pdf. Acessado em: 22 de setembro de 2012 às 21h50.
- CAVALLARI, Vinícius R. ZACHARIAS, Vany. **Trabalhando com a recreação**. 6ª Edição. São Paulo: Ícone, 2003.
- CRUZ, José L. C. **Projeto Araribá: ciências / obra coletiva – 7ª série**. São Paulo: Moderna, 2006.
- FAZENDA, Ivani. **Didática e interdisciplinaridade**. São Paulo: Papyrus, 2008.
- GONSALVES, Paulo E. **O que é bom saber: alimentos, exercícios, medicamentos naturais e terapias alternativas que previnem e curam doenças**. São Paulo: MG Editores, 2008.
- GUEDES, Dartagnan P. GUEDES, Joana E. R. P. **Manual prático para avaliação em Educação Física**. São Paulo: Manole, 2006.
- Lei de Diretrizes e Bases nº 9.394 de 20 de dezembro de 1996**. http://portal.mec.gov.br/seesp/arquivos/pdf/lei9394_ldbn1.pdf. Acessado em: 15 de outubro de 2012 às 16h20.
- MATSUDO, Sandra M. ARAÚJO, Timóteo L. MATSUDO, Victor K. R. **Nível de Atividade Física em Crianças e Adolescentes de Diferentes Regiões de Desenvolvimento**. **Revista da APEF**. São Caetano do Sul: 1998.
- NAHAS, Markus V. **Fundamentos da aptidão física relacionada à saúde**. Florianópolis, 1989.
- NAQUEVA, Guilherme. **Pirâmide Alimentar**. Disponível em: <http://blogamos.com/siga-uma-dieta-saudavel-pela-piramide-alimentar>. Acessado em: 10 de agosto de 2012 às 14h00.

NOGUEIRA, L. PALMA, A. Reflexões acerca das políticas de promoção de atividade física e saúde: uma questão histórica. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Campinas: 2003.

Tabela IMC Infantil. Disponível em:
<http://www.cirurgiadaobesidademorbida.com.br/obesidadeinfantil/crescimento.htm>
Acessado em: 02 de agosto de 2012 às 22h32.

Tabela IMC Infantil. Disponível em: <http://www.calculoimc.com.br/imc-infantil/>
Acessado em: 02 de agosto de 2012 às 22h15.

ZABALA, Antoni. **A prática educativa**. Porto Alegre: Artmed, 1998.

APÊNDICE A – TABELA RESULTADO IMC PARA ADOLESCENTES

TABELA IMC INFANTIL - MENINOS				
IDADE	ABAIXO	NORMAL	SOBREPESO	OBESIDADE
12	<17,8	17,8	>21,1	>24,8
13	<18,5	18,5	>21,9	>25,9
14	<19,2	19,2	>22,7	>26,9
15	<19,9	19,9	>23,6	>27,7
16	-	-	>24,2	>28,9
17	-	-	>24,7	>29,7

TABELA IMC INFANTIL - MENINAS				
IDADE	ABAIXO	NORMAL	SOBREPESO	OBESIDADE
12	<18,3	18,3	>22,1	>25,9
13	<18,9	18,9	>23	>27,7
14	<19,3	19,3	>23,8	>27,9
15	<19,6	19,6	>24,2	>28,8
16	-	-	>24,4	>29,4

Fonte: <http://nanny-butterfly.blogspot.com.br/2009/05/obesidade-infantil-olhos-bem-abertos.html> e <http://www.calculoimc.com.br/imc-infantil/>

ANEXOS

ANEXO I**CARTA DE APRESENTAÇÃO DA PESQUISA**

Eu, Juliana B. M. da Cruz, pesquisadora responsável pelo projeto de pesquisa intitulado “**A influência das disciplinas de Educação Física e Ciências no desenvolvimento da percepção dos alunos em relação à qualidade de vida**”, convido os alunos do 8º ano do ensino fundamental, período manhã, do Colégio Estadual Guido Arzua a participarem de forma voluntária desta pesquisa.

Estas informações estão sendo coletadas para subsidiar um estudo, que visa analisar a percepção dos alunos em relação às disciplinas de educação física e ciências referenciando-se a isso o desenvolvimento de uma vida com qualidade. Os dados coletados neste estudo poderão ser futuramente aplicados em publicações.

Para tal, segue abaixo um questionário, que acredito não exigir mais do que 10 minutos para ser respondido.

Desde já, agradeço a sua participação.

Atenciosamente,

Juliana B. M. da Cruz

QUESTIONÁRIO:

IDADE: _____ **ANOS**
SEXO: () MASC () FEM

1 – VOCÊ POSSUI DISPENSA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA?
() SIM () NÃO

2 – COM QUE FREQUÊNCIA VOCÊ PARTICIPA AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA?
() TODAS AS AULAS PROGRAMADAS
() ESPORADICAMENTE
() NUNCA

3 – VOCÊ ACREDITA QUE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA TENHAM IMPORTÂNCIA PARA OS ALUNOS?

() SIM () NÃO

4 – A SUA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA TRAZEM BENEFÍCIOS PARA VOCÊ?

() SIM () NÃO

Caso a resposta seja **SIM**, descreva um benefício que a atividade física traz para você:

5 – OS CONTEÚDOS ABORDADOS/TRABALHADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS ATENDEM ÀS SUAS EXPECTATIVAS?

() SIM () NÃO

6 – VOCÊS ESCOLHEM AS ATIVIDADES QUE QUEREM FAZER DURANTE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA OU SEGUEM O PLANEJAMENTO DO PROFESSOR?

() ESCOLHEMOS AS ATIVIDADES

() SEGUIMOS O PLANEJAMENTO DO PROFESSOR

7 – FORA DO AMBIENTE ESCOLAR, VOCÊ PRÁTICA ALGUMA ATIVIDADE FÍSICA?

() SIM () NÃO

Caso a resposta seja **SIM**, com que frequência?

() 1 vez por semana

() 2 vezes por semana

() esporadicamente

Caso a resposta seja **SIM**, porque?

() gosto pela prática de atividade física

() busca de qualidade de vida

() para emagrecer

() outros _____

Caso a resposta seja **NÃO**, porque?

() não gostar de atividade física

() falta de tempo

() outros _____

8 – VOCÊ ACREDITA QUE UMA ALIMENTAÇÃO BALANCEADA PODE COLABORAR NA AQUISIÇÃO DE UMA VIDA COM MAIS QUALIDADE?

() SIM NÃO ()

9 – VOCÊ ACREDITA QUE OS CONHECIMENTOS REPASSADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS SERVEM PARA MELHORAR O SEU CONHECIMENTO ACERCA DOS ASSUNTOS TRABALHADOS?

() SIM NÃO ()

Porque?

10 – VOCÊ CONSEGUE PERCEBER A LIGAÇÃO ENTRE AS DISCIPLINAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS?

SIM **NÃO**

Justifique sua resposta?
